

HUBUNGAN BEBAN KERJA TERHADAP *BURNOUT SYNDROME* PADA PERAWAT PELAKSANA RUANG INTERMEDIET RSUP SANGLAH

Ni Luh Putu Dian Yunita Sari
Program Studi S1 Keperawatan
STIKES Bina Usaha Bali
dianyunitaputu@gmail.com

ABSTRACT

Burnout syndrome is a collection of physical symptoms, psychological and destructive mental fatigue as a result of the work that is monotonous and oppressive that found in human service profession such as nurses. This research is including to the quantitative research model, observational study correlation (non-experimental) type. This research was conducted on February 24 through March 24, 2014 toward associate nurses on MS and Ratna ward of Sanglah hospital. The total sample utilized 53 peoples with the total sampling technique. The tests are used to determine the relationship of independent variables and the dependent variable in this study are Kendal Tau test ($p \text{ value} < , = 0,05$). The results of this research are there is a significant relationship between workload and burnout syndrome ($p \text{ value} = 0,006$, $r = 0.371$). Based on the result of this research, nursing department of Sanglah Hospital is expected to review the workload proportion to the number of nurses, and provide rewards to nurses who have a good performance and still provide motivation to other nurses too to increase the job satisfaction of nurses.

Keywords : *Burnout Syndrome, Workload*

LATAR BELAKANG

Burnout syndrome adalah suatu kumpulan gejala fisik, psikologis dan mental yang bersifat destruktif akibat dari kelelahan kerja yang bersifat monoton dan menekan (Pangastiti, 2011). *Burnout syndrome* memiliki tiga dimensi, yaitu *emotional and physical exhaustion* (keterlibatan emosi yang menyebabkan energi dan sumber-sumber dirinya terkuras oleh satu pekerjaan), *depersonalization* (sikap dan perasaan negatif terhadap pasien atau orang lain), dan *perceive inadequacy of professional accomplishment* (penilaian diri negatif dan perasaan tidak puas dengan performa pekerjaan) (Maslach, 1993). Pangastiti (2011) menyatakan *burnout syndrome* banyak ditemukan pada profesi yang bersifat *human service* seperti polisi, perawat, dokter, konselor, dan pekerja sosial. penelitian yang dilakukan oleh Moreira et al (2009) pada perawat yang bekerja pada rumah sakit besar di Brasil Selatan menunjukkan bahwa prevalensi perawat yang mengalami *burnout* sebanyak 35,7% dari 151 responden. Al-Turki et al (2010) juga melakukan penelitian terkait *burnout syndrome* pada perawat yang berjudul “*Burnout Syndrome among*

Multinational Nurses Working in Saudi Arabia” menunjukkan hasil 89% staf perawat mengalami *emotional exhaustion*, 42% mengalami *depersonalization*, dan 71,5% mengalami *low personal accomplishment*. Berdasarkan hasil survei dari PPNI tahun 2006, sekitar 50,9% perawat yang bekerja di 4 propinsi di Indonesia mengalami stres kerja, sering pusing, lelah, tidak bisa beristirahat karena beban kerja terlalu tinggi dan menyita waktu, gaji rendah tanpa insentif memadai (Rachmawati, 2008).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, didapatkan bahwa perawat di ruang *Medical Surgical* dan ruang Ratna memiliki gejala-gejala *burnout* seperti terlihat lesu, kurang bersemangat, kurang perhatian terhadap pasien dan keluarganya. Berdasarkan hasil pengisian kuisioner yang berisi pernyataan tentang dimensi *burnout syndrome* pada 20 orang perawat pelaksana yang berjaga di ruang *Medical Surgical* dan ruang Ratna, didapatkan hasil 100% dari responden menyatakan sering mengalami kelelahan secara fisik, 75% menyatakan

sering mengalami kelelahan secara emosional, 50% menyatakan sering mengalami gangguan pola tidur, gangguan pola makan dan sakit kepala serta 50% menyatakan sesekali ingin beralih ke profesi selain perawat. Dari hasil wawancara dan pengamatan terhadap pasien dan keluarga pasien di kedua ruangan, didapatkan hasil bahwa ada beberapa perawat yang kurang sigap dalam melayani keluhan pasien, bersikap sinis, dan acuh. Hasil dari beberapa penelitian dan studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa perawat rentan mengalami *burnout syndrome*.

KAJIAN TEORITIS

Istilah *burnout* pertama kali diperkenalkan oleh Herbert Freudenberger pada tahun 1973. Freudenberger adalah seorang ahli psikologi klinis pada lembaga pelayanan sosial di New York yang menangani remaja bermasalah. Freudenberger memberi ilustrasi *burnout syndrome* seperti gedung yang terbakar habis yang awalnya berdiri megah dengan berbagai aktivitas di dalamnya dan setelah terbakar, gedung hanya tampak kerangka luarnya saja. Ilustrasi ini memberikan gambaran bahwa orang yang mengalami *burnout syndrome* dari luar tampak seperti biasa namun sebenarnya terjadi masalah dalam dirinya (Pangastiti, 2011). *Burnout* merupakan perubahan sikap dan perilaku dalam bentuk reaksi menarik diri secara psikologis dari pekerjaan, seperti menjaga jarak dari orang lain maupun bersikap sinis dengan mereka, membolos, sering terlambat dan keinginan pindah kerja sangat kuat (Pangastiti, 2011).

Faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome* secara garis besar dibagi menjadi dua yaitu, faktor eksternal dan faktor internal. Lee dan Ashfort (1996) dalam Dewanti (2010), menyebutkan bahwa ada beberapa faktor eksternal yang mempengaruhi *burnout syndrome*, yaitu:

- a. Ambiguitas Peran
Ambiguitas peran adalah keadaan yang terjadi pada saat seorang pekerja tidak mengetahui apa yang harus dilakukan, bingung serta tidak yakin karena kurangnya hak-hak dan kewajiban yang dimiliki.
- b. Konflik Peran
Konflik peran adalah konflik yang terjadi karena seseorang mengemban

lebih dari satu peran yang saling bertentangan.

- c. Beban Kerja
Beban kerja merupakan intensitas pekerjaan yang meliputi jam kerja, jumlah individu yang harus dilayani, serta tanggung jawab yang harus dipikul. Beban kerja secara kualitatif dilihat dari kesulitan pekerjaan tersebut untuk dikerjakan.
- d. Dukungan
Dukungan dapat dibagi menjadi dukungan dari atasan, dukungan dari keluarga, serta dukungan dari rekan kerja.

Beban kerja adalah frekuensi rata-rata masing-masing jenis pekerjaan dalam jangka waktu tertentu dengan memperkirakan beban kerja dari organisasi dapat dilakukan berdasarkan perhitungan atau pengalaman (Peraturan Pemerintah RI Nomor 97 tahun 2000). Beban kerja dapat dibedakan menjadi beban kerja kuantitatif dan kualitatif. Beban kerja kuantitatif menunjukkan adanya jumlah pekerjaan yang besar yang harus dilakukan misalnya jam kerja yang tinggi, derajat tanggung jawab yang besar, tekanan kerja sehari-hari dan sebagainya. Beban kerja kualitatif menyangkut kesulitan tugas yang dihadapi. Beban kerja perawat adalah seluruh kegiatan atau aktifitas yang dilakukan oleh seorang perawat selama bertugas di suatu unit pelayanan keperawatan (Marquish & Huston, 2000).

Beban kerja perawat merupakan bagian dari pengembangan tenaga perawat yang dihitung berdasarkan jumlah waktu yang dibutuhkan untuk memberikan layanan kepada pasien per hari (Hendianti, 2013). Beban kerja perawat dipengaruhi oleh kondisi pasien yang selalu berubah, jumlah rata-rata jam perawatan yang dibutuhkan untuk memberikan pelayanan langsung kepada pasien, serta banyaknya tugas tambahan yang harus dikerjakan oleh waktu kerjanya (Kusmiati, 2003).

KAJIAN EMPIRIS

Beban berlebih secara fisik maupun mental adalah berpotensi menjadi sumber stres pekerjaan. Unsur yang menimbulkan beban berlebih adalah kondisi kerja, yaitu setiap tugas diharapkan dapat diselesaikan secepat mungkin secara tepat dan cermat. Penelitian yang dilakukan oleh Hariyono, dkk (2009) berjudul "Hubungan antara Beban Kerja,

Stres Kerja dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta” dengan metode penelitian survei analitik dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja, stres kerja dan tingkat konflik terhadap kelelahan kerja. Penelitian ini menunjukkan hasil yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja terhadap kelelahan kerja dengan *p value* 0,000. Hariyono, dkk (2009) juga menyebutkan bahwa beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan perawat mengalami kejenuhan dan kelelahan. Hal ini akan berdampak pada penurunan kualitas pelayanan yang diberikan perawat.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Kiekkas (2010) yang berjudul “*Level and Correlates of Burnout Among Orthopaedic Nurses in Greece*” dengan desain penelitian deskriptif untuk mengetahui tingkatan dan faktor yang berhubungan dengan *burnout syndrome* pada perawat ortopedik. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa *burnout syndrome* memiliki hubungan yang signifikan dengan beban kerja perawat (*p value*=0,005). Kiekkas (2010) juga menyebutkan beban kerja yang tinggi secara spesifik berpengaruh pada salah satu dimensi dari *burnout syndrome* yaitu *physical and emotional exhaustion*. Beberapa penelitian tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja perawat dengan *burnout syndrome*.

Soehartati (2005) menyatakan bahwa beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan perawat mengalami kelelahan atau kejenuhan yang akan menimbulkan stres kerja pada perawat yang kemudian akan berdampak pada penurunan kepuasan kerja. Dewanti (2010) juga mengungkapkan bahwa stres kerja yang berlebihan pada perawat cenderung akan mengarah pada *burnout syndrome*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 Februari sampai dengan 24 Maret 2014 di Ruang *Medical Surgical* dan Ruang Ratna RSUP Sanglah Denpasar. Kuisisioner *Maslach Burnout Inventory* tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas karena telah digunakan oleh peneliti lainnya yang terbukti valid dan reliabel dengan melampirkan nilai *r* serta *alpha Cronbach*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis

univariat dengan distribusi frekuensi, bivariat menggunakan uji Kendal Tau dengan ketentuan nilai $p < (p < 0,05)$ berarti H_a diterima yang artinya terdapat hubungan antara variabel *independent* dengan variabel *dependent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis yang didapatkan adalah terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan *burnout syndromedengan* nilai *p value* sebesar 0,006 (*p value*<0,05). Selain itu, sebagian besar responden mengalami beban kerja yang tinggi yaitu 38 orang (71,7%) dan 15 orang (28,3%) mengalami beban kerja sedang. Hasil *cross tabulation* menunjukkan 5 orang (9,5%) responden dengan beban kerja tinggi mengalami *burnout syndrome* berat. Rentang persentase waktu perawat melakukan kegiatan produktif pada beban kerja berat adalah 83-85%. Hal ini berarti sebanyak 38 orang dari 53 responden mengerjakan kegiatan yang berkaitan dengan pasien lebih dari 80% selama tiga shift.

Beban kerja perawat dipengaruhi oleh banyaknya pasien yang masuk dalam satu hari dan kondisi pasien atau tingkat ketergantungan pasien. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Gillies (1998) yang menyatakan bahwa komponen yang mempengaruhi beban kerja perawat antara lain banyaknya pasien yang masuk ke dalam satu unit perawatan per hari, per bulan serta per tahun, kondisi pasien dalam satu unit perawatan atau tingkat ketergantungan pasien, rata-rata pasien yang menginap dalam sehari, tindakan keperawatan yang dilakukan perawat, frekuensi masing-masing tindakan keperawatan dan waktu yang diperlukan untuk melakukan tindakan keperawatan.

Ruang MS dan Ruang Ratna memiliki kapasitas pasien yang cukup banyak. Ruang MS mampu menampung 34 pasien dan Ruang Ratna mampu menampung 38 pasien. Banyaknya pasien yang masuk setiap hari berdampak pada meningkatnya beban kerja perawat. Selain itu, pasien-pasien yang dirawat di ruang MS dan Ruang Ratna sebagian besar dengan tingkat ketergantungan tinggi dan hanya sebagian kecil dengan tingkat ketergantungan ringan atau sedang. Rata-rata jumlah pasien yang dirawat di Ruang MS pada bulan Januari

sampai dengan Maret 2014 adalah 874 orang sedangkan di Ruang Ratna sekitar 1005 orang. Pasien yang dirawat di kedua ruangan ini adalah kasus neuro, interna, bedah serta kardio dan tergolong cukup tinggi. Hasil ini didukung dengan data rata-rata *Bed Occupation Rate* (BOR) di Ruang Ratna pada bulan Januari hingga Maret 2014 sebesar 86,5% sedangkan rata-rata BOR pada bulan Januari sampai Maret 2014 di Ruang MS adalah 86,3%. Standar ideal dari Depkes RI (2005) untuk BOR adalah 60-85%. Berdasarkan standar tersebut, BOR di kedua ruangan ini tinggi yang berarti bahwa penggunaan kedua ruangan ini cukup tinggi. Selain itu, rasio perawat dan pasien pada *shift* pagi di ruang MS adalah 1:4 (0,20) sedangkan *shift* sore dan malam 1:6 (0,16). Sedangkan menurut Douglas (1992) dalam Wedayana (2012), apabila tingkat ketergantungan pasien total, rasio perawat dan pasien pada *shift* pagi adalah 0,36, *shift* sore 0,30, dan *shift* malam 0,20. Hal ini menunjukkan bahwa rasio perawat dan pasien di ruang *Medical Surgical* masih rendah. Sedangkan rasio perawat dan pasien di Ruang Ratna pada *shift* pagi adalah 1:5 (0,20) sedangkan *shift* sore dan malam 1:6 (0,16).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hariyono, dkk (2009) berjudul “Hubungan antara Beban Kerja, Stres Kerja dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta” dengan metode penelitian survei analitik dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja, stres kerja dan tingkat konflik terhadap kelelahan kerja. Penelitian ini menunjukkan hasil yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja terhadap kelelahan kerja dengan *p value* 0,000. Hariyono, dkk (2009) juga menyebutkan bahwa beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan perawat mengalami kejenuhan dan kelelahan. Hal ini akan berdampak pada penurunan kualitas pelayanan yang diberikan perawat.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Kiekkas (2010) yang berjudul “*Level and Correlates of Burnout Among Orthopaedic Nurses in Greece*” dengan desain penelitian deskriptif untuk mengetahui tingkatan dan faktor yang berhubungan dengan *burnout syndrome* pada perawat ortopedik. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa *burnout syndrome*

memiliki hubungan yang signifikan dengan beban kerja perawat (*p value*=0,005). Kiekkas (2010) juga menyebutkan beban kerja yang tinggi secara spesifik berpengaruh pada salah satu dimensi dari *burnout syndrome* yaitu *physical and emotional exhaustion*.

Soehartati (2005) menyatakan bahwa beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan perawat mengalami kelelahan atau kejenuhan yang akan menimbulkan stres kerja pada perawat yang kemudian akan berdampak pada penurunan kepuasan kerja. Dewanti (2010) juga mengungkapkan bahwa stres kerja yang berlebihan pada perawat cenderung akan mengarah pada *burnout syndrome*.

Tingginya beban kerja sangat mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat. Walaupun dari hasil *cross tabulation* sebagian besar responden dengan beban kerja berat mengalami *burnout syndrome* ringan, jika dibiarkan secara terus menerus hal ini cenderung akan menimbulkan tingkatan *burnout syndrome* yang lebih berat. Hasil *cross tabulation* lain juga menunjukkan bahwa ada 5 orang (9,5%) perawat dengan beban kerja berat mengalami *burnout syndrome* berat. Kelelahan fisik yang terjadi secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama akan berdampak pada kelelahan psikologis. Maka dari itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai gambaran untuk mempertimbangkan keseimbangan rasio antara perawat dan pasien sehingga beban kerja perawat dapat dikurangi serta mengurangi kemungkinan meningkatnya tingkatan *burnout syndrome*.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan proporsi *burnout syndrome*, proporsi paling tinggi adalah responden dengan tingkatan *burnout syndrome* ringan yaitu sebanyak 34 orang (64,2%). Selain itu, berdasarkan proporsi beban kerja, sebagian besar responden mengalami beban kerja yang tinggi yaitu 38 orang (71,7%). Terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat pelaksana IRD RSUP Sanglah dengan nilai *p value* sebesar 0,006 (*p value*<0,05).

Berdasarkan hasil penelitian ini bidang keperawatan RSUP Sanglah diharapkan

meninjau kembali proporsi beban kerja dengan jumlah perawat terutama ruangan yang memiliki kapasitas pasien yang berat dan memberikan *reward* pada perawat yang memiliki kinerja baik serta tetap memberikan motivasi pada perawat lain sehingga dapat meningkatkan kepuasan kerja perawat. Selain itu, perawat juga diharapkan mampu mempertahankan hubungan kerja yang baik dengan atasan maupun rekan kerja sehingga mampu mengurangi stresor dalam bekerja serta menyediakan waktu yang cukup untuk beristirahat secara bergilir untuk masing-masing perawat terkait dengan kelelahan fisik yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Turki, H.A. *et al.* (2010). *Burnout Syndrome Among Multinational Nurses Working in Saudi Arabia. Saudi Med Journal*, 31(3): 313-316.
- Azwar, S. (2011). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bagaajav, A. *et al.* (2011). *Burnout and Job Stress among Mongolian Doctors and Nurses. Journal of Industrial Health*, 4(1): 582-588.
- Dewanti, F.R. (2010). *Burnout yang Terjadi pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD)*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Freudenberger, H. J. (1977). *Burnout: Occupational Hazard of The Child Care Worker*. Child Care. *American Psychological Association* 6(2): 90-99.
- Gillies, D.A. (1994). *Nursing management: A System Approach (Third Edition)*. Philadelphia: W.B Saunder.
- Gillies, D.A. (1989). *Nursing Management: A System Approach*. Philadelphia: W.B Saunder.
- Hariyono, dkk. (2009). *Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta*. Jurnal Kesmas UAD Vol.3 No.3.
- Ilyas, Y. (2000). *Perencanaan SDM Rumah Sakit*. Depok: Pusat Kajian Ekonomi Kesehatan FKM UI.
- Kiekkas, P. (2010). *Level and Correlates of Burnout Among Orthopaedic Nurses in Greece. Journal of Orthopaedic Nursin*, 29(3): 2003-209.
- Kepmenkes RI No. 834 Tahun 2010 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelayanan *High Care Unit* (HCU) di Rumah Sakit.
- Lee, R.T. dan Ashfort, B.E. (1996). *A Meta Analytic Examination of the Correlates of the Three Dimension of Job Burnout. Journal of Applied Psychology*, 81(2): 123-133.
- Maslach, C. (1993). *Burnout: A Multidimensional Perspective*, In W. B. Schaufeli, Cecilia Maslach, and T. Marek (Ed), *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research*. Washington DC: Taylor & Francis.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual (2 Ed.)*. Mountain View CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Moreira, *et al.* (2009). *Prevalence of Burnout Syndrome in Nursing Staff In A Large Hospital in South of Brazil. Medline Journal*, 25(7):1559-68.
- Pangastiti, N.K. (2011). *Analisis Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Burnout Pada Perawat Kesehatan Di Rumah Sakit Jiwa*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro.
- Pease, E.C., & Raether, K.A. (2003). *Shift Working and Well-being: A Physiological and Psychological Analysis of Shift Workers*. UW-L *Journal of Undergraduate Research* VI.
- Perry, A.G. & Potter, P.A. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik (Volume 2) (Edisi 4)*. Jakarta: EGC.
- Pordanjani, B. *et al.* (2013). *Evaluation of The Relationship Between Self-Esteem and Burnout in Nurses of*

- Hospitals of Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences. Iranian Journal Of Nursing Research Winter, 7(27):44-51.*
- Rachmawati, E. (2008). *50,9 Persen Perawat Alami Stress. Kerja.* (Online)
([http://www.kompas.com/kesehatan/50,9 Persen Perawat Alami Stress Kerja-Kompas Cyber Media](http://www.kompas.com/kesehatan/50,9_Persen_Perawat_Alam_i_Stress_Kerja-Kompas_Cyber_Media)).
- Septiani, M. (2011). *Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Penerapan Komunikasi Terapeutik kepada Pasien di Ruang MS RSUP Sanglah Denpasar.* Skripsi tidak diterbitkan. Denpasar Stikes Wira Medika.
- Soehartati, S. (2005). *Hubungan Beban Kerja dengan Kepuasan Kerja Perawat Dalam Memberikan Asuhan Keperawatan.* Tesis tidak diterbitkan. Jakarta Universitas Indonesia.
- Tawale, E.N. (2011). *Hubungan antara Motivasi Kerja Perawat dengan Kecenderungan mengalami Burnout pada Perawat di RSUD Serui-Papua.* *Insan Jurnal*, Vol. 13 No. 2.
- Taylor, S.E. (1999). *Health Psychology (4th Ed.). United States of America: The Mcgraw-Hill Companies Inc.*
- Turki Al, H.A dkk. (2010). *Burnout Syndrome Among Multinational Nurses Working in Saudi Arabia.* *Medline Journal*, 9(4):226-229.
- Zawawi, J.A. (2009). *Depressive Symptoms and Their Correlates with Locus of Control and Satisfaction with Life among Jordanian College Students.* *Europe's Journal of Psychology*, 4(2): 71-103.